

teach more love more

Every single moment you spend with your child counts. So sing and read to your children, hug them, give them routines, respond to their signals, take them to a doctor regularly and choose your child care wisely. That's how children grow, learn, love and succeed.

Call 305-631-8111 to learn more or visit us at www.teachmorelovemore.org

Never Shake a Baby

April is Child Abuse Prevention Month. Shaken baby syndrome kills more children in our state than any other kind of physical abuse.



Shaken baby syndrome happens when a frustrated parent or caregiver loses control and violently shakes an infant or young child. This can cause permanent brain damage or death. The children who survive typically suffer such injuries such as blindness, deafness, seizures, cerebral palsy, and learning or behavioral difficulties.

No matter how exhausted, angry or frustrated you are, never shake a child. The Children's Trust funds numerous programs that offer parenting workshops or seminars to help parents cope with the stress of parenting and teach them how to develop a positive and nurturing relationship with their child that will last a lifetime.

For more information about parenting seminars funded by The Children's Trust, call 305-571-5700.

Modesto E. Abety
President and CEO
The Children's Trust

Candy and children

By Sheah Rarback of the Mailman Center for Child Development at University of Miami.

April is the month when the stores are bursting with pastel-colored candies and families are putting together baskets filled with chocolate bunnies and other sweets. Halloween is the most candy-oriented holiday but the Easter season is not far behind.

There are many reasons why we should limit the amount of candy a child eats. A small amount of candy as an occasional treat is all right but a steady diet is not in your child's best interest. Here are some reasons why:

- Candy has a lot of calories in a small package. Your children might finish a chocolate bunny or a row of marshmallow peeps in a few minutes. And in those few minutes they have eaten about 150 calories. They could eat three apples for the same amount of calories. Children today are gaining too much weight and part of the problem is too many high calorie foods.

- It takes vitamins and minerals to digest and absorb the candy. Candy doesn't contain many vitamins or minerals. If your child eats a lot of candy it leaves him or her nutritionally out of balance.
- Sugar. Eating all that sugar increases the chance for getting cavities. The best practice is to brush teeth immediately after eating some candy.



take them to a doctor regularly and choose your child care wisely. That's how children grow, learn, love and succeed.

- Avoiding healthier choices. If children are eating a lot of candy or soda, they might be missing out on healthier foods. A sweet piece of fruit is a fine treat and loaded with vitamins and minerals.

Enjoy the spring holidays with your family. Spending time with your children is a treat that is low calorie, high activity and very healthy. Limit the candy and load up on family fun.

INSIDE

Helping Children Cope	2
FREE parenting groups	2
Hands Are For Hugging, Not Hitting	3
Help! My Child Hates to Read	4
Buckle Up and Stay in Back	4

OUR MISSION:

To ensure that all children in Miami-Dade County have the community's attention, commitment and resources and, hence, the chance to develop intellectually, emotionally, socially and physically so that they are ready and eager to learn by the time they reach first grade.

If you have questions about raising your child or being a parent, call: Teach More/Love More at 305-631-8111. Operated in English, Spanish and Creole 24 hours a day.

Si ou ta
renmen resevwa ti
journal sa a an
kreyòl, rele
(305) 631-8111.



Helping Children Cope

By Beverly Tate for the Peace Education Foundation.

Young children can be full of emotion. Some children have daily episodes of crying. Crying signals that a child is encountering the challenges of life and figuring out how to cope with emotional situations.

Crying is a natural outlet for frustration, sadness, fear, discomfort or pain. It's the language of emotional or physical distress.



It is difficult to see a child in distress. If we care about someone, we want to help them. It is how we show our love. Coping with difficult situations and problem-solving is a critical life skill. Expanding our skills to assist with distress will model and

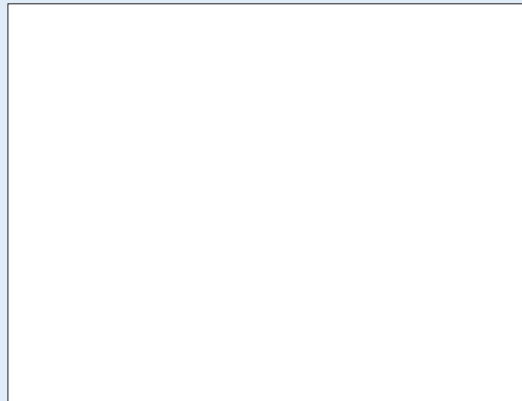
teach young children what to do to cope and problem solve when things get challenging. Some tips to help you:

- Check yourself to make sure you are calm. Your calmness helps the child to calm down faster.
- Acknowledge that the child's feelings are real. "Kendrick, you're crying. You seem sad."
- Let your child know that crying is an appropriate expression of pain, fear, hurt or sadness. "We cry when we are sad."
- Describe what you think the child is feeling or

the intention behind the emotion. "Grandma is leaving, and you wanted her to stay. It is sad when she leaves."

- Model and support coping behaviors. This might include holding a child close and being silent while the distress lessens or offering a soft toy or blanket.
- When the child is calm, offer a choice: "Do you want to call and leave Grandma a message or draw a picture?"

Distress needs to be expressed. By describing the behaviors and emotions, the adult "validates" the child and is making an important connection between behavior and feelings. Modeling and supporting coping behaviors teaches a child that you will help them calm down and figure out what to do.



The University of Miami's Families First Network is offering **FREE parenting groups** in Opa-Locka, North Miami, Doral, Kendall and South Dade for parents of children from birth through 5 years. Parents will discuss ways to manage behavior, build stronger families and help their children grow and develop. Parents will receive **FREE items** related to the topics discussed. Groups are ongoing and are open to all parents and families **at no cost to the family**. All our programs are offered in English and Spanish. For more information, or to register over the phone, call **305-243-8425**.



Baby and Me (Bring your babies!)

For parents of babies 0-12 months
Classes meet once a week for 9 weeks
Discuss and learn ways to:

- Understand your baby's language
- Help your baby grow and develop

Take home **FREE** baby items
Create a **FREE** scrapbook for your baby

Strengthening Multi-Ethnic Families & Communities

For parents of children 1-5 years
Classes meet once a week for 12 weeks
Discuss and learn ways to:

- Help children identify and express their feelings
- Improve children's behavior
- Teach children to handle anger and sadness

Take home **FREE** items
Build stronger families and communities

For more information or to register over the phone, call 305-243-8425.

You can also complete the registration form below and mail to:

Families First Network
c/o Elana Mansoor, Psy.D.
P.O. Box 016960 (M-808)
Miami, Fla. 33101

Registration Form for Parenting Group

Name: _____

Address: _____

Phone: _____ Best Time to Call: _____

Child's Name: _____ Child's Date of Birth: _____



Visit your local library for books, activities and ideas to encourage your child's literacy. To find a library near you call 305-275-2665 or log on to www.mdpls.org.



The Children's Trust

OUR MISSION:

To improve the lives of all children and families in Miami-Dade County by making strategic investments in their futures.

Parenting School-Age Children

Hands Are For Hugging, Not Hitting

Parenting and discipline go hand in hand. Setting rules and defining expected behavior in the home help children understand the difference between right and wrong. A family's well-defined value system with rules leads children to make good choices and understand the consequences of their actions.

Too often, out of frustration and anger, parents discipline by spanking, hitting or slapping a child. Many are mimicking the parenting patterns of their own parents; others act out of frustration.

Violent acts never should be used to instill discipline. Physical abuse is when a child is hit, slapped, beaten, burned or otherwise physically harmed. Violence begets violence, according to many child experts. Spanking and other forms of abuse, including emotional abuse and neglect, can leave emotional scars for a lifetime.

April – National Child Abuse Prevention Month – is a good time to remind parents that there are effective ways to discipline their child without reverting to violence.

A nurturing home environment where parents and children communicate openly and frequently is the best antidote for any abuse. Through daily acts, parents set up guidelines and expectations for their children. Yes, there will be times when your child will test your limits and rules.

"Children can be difficult," says Claudia Echeverri, manager of the Nurturing Parenting Program at Family Central, an organization funded by The Children's Trust. "It is important that parents nurture themselves and take some time for their own needs so they can better deal with their children."

Echeverri says that young children often misbehave because they want attention. In the parenting classes, parents are taught to ignore some misbehaving when they are dealing with very young children. "If the child is not in danger, just ignore it. Nine times out of ten, the misbehaving or tantrum ends," Echeverri says.

And keep in mind the logic of consequences. For example, if a child intentionally breaks a toy, the child should be prevented from playing for a stated period of time, and the parent should explain the



consequence of the action. Parents need to stick to a punishment once imposed. Yelling or screaming is not necessary when explaining the consequences. Talk in a calm, matter-of-fact way.

With older children, withholding privileges may work best. If your child has stayed out past curfew, you may take away a favorite video game, iPod or withhold an allowance. Make sure you take away something the child really likes, but not something he truly needs. Never take away a meal, for instance.

With older children, experts say it is wise to include them in establishing clear rules of appropriate behaviors and consequences. This ends arguments over rules and punishment. Children no longer can claim that punishments or expectations are unfair, and parents can calmly enforce the

prearranged consequences instead of having to impress upon the child the seriousness of the problem and scramble to find an appropriate punishment.

Some tips to discipline without violence:

- **Never act in anger:** When facing an unruly child who seems "out of control," take a deep breath, step back and count to 10 or 100. Once you've regained your composure, assess the situation and hand out the punishment.
- **Give "time outs":** For children 7 or younger, giving "time outs" can be effective. "Time out" is a temporary isolation of the child from others because he or she chose to act inappropriately. "Time out" is not solitary confinement in a locked or dark room or closet.
- **Stand up against violence:** Teach your children to respond with calm but firm words when others insult, threaten or hit them or another person. Help them understand that it takes more courage and leadership to resist violence than to go along.
- **Make the consequence fit the offense:** For example, if your teenage son's cellular bill is \$300 this month, take away the cellular phone for a time or make him pay the bill out of his allowance.
- **Be consistent, but be flexible:** Don't punish bad behavior one week, then ignore it the next. This sends confusing messages. Your child may learn that the severity (and consequence) of the incident varies with the mood you're in. Be flexible and fair. Sometimes a child may break the rules for good reason; hear your child out before you punish.

Call 305-571-5700 to learn more or visit us at: www.thechildrenstrust.org

Help! My child hates to read!

Molly S. Kinney is the head of public library services at the Alvin Sherman Library, Research and Information Technology Center at Nova Southeastern University.

We live in a busy and sometimes scary world, constantly bombarded by information that can overload our senses. Our days start earlier and end later than ever before. There seems to be no end to the chores and tasks that must be done. Computers have drastically altered the way we live, and telecommunications has changed the way we communicate. Children have never known a world without computers, e-mail, touch-tone telephones, cable and satellite television, DVDs and CD players.

Many of us have fond memories of lazy days with a book or magazine in hand, reading in our room. Today, many parents are concerned that their children are not reading.

The children book and magazine publishing industries have exploded with books and age-specific magazines on a variety of topics. Online e-zines, e-books and audio books are becoming increasingly popular for children and teens. We once went to the shelf in the living room

where the encyclopedia was the information authority. Now, children and teens log on to the Internet or insert a CD-rom encyclopedia to find out what they want or need to know.

While a computer screen can never replace the act of holding a book in hand, turning the pages, and smelling the paper and glue, it's important to understand that children and teens are reading when they use this technology.

However, when adults express concern that children aren't reading, they're usually referring to fiction books. There is nothing like a good story to spark interest, imagination and creative thinking. The key to book reading is finding the right story for the right child.

Children's book publishers have recognized that children have a variety of interests, needs, fears and desires. The variety of books for children is astonishing, with something for everyone. It's a matter of making the right connections.

Visiting the local public library helps promote a child's reading interest. Many books engage children and teens. Select many different titles to take home. By having many books to choose from, children can set aside a title that doesn't hold their interest and begin another that captures their attention. Being forced to read a book that doesn't interest them is the quickest way to create a non-reader. Don't be discouraged if it takes several library visits to find that one book that "speaks" to your child. Sometimes it takes a while to find that perfect fit.

Don't be afraid to ask a librarian for help. He or she will ask questions that guide your child to age and reading level appropriate titles. Librarians are trained to help you find just that right book.

Remember, children need to see adults reading. If you aren't a reader, chances are your child won't be a reader either. Read a good book lately!

Buckle Up and Stay in Back!

Lee M. Sanders, MD, MPH University of Miami

A car crash is the main cause of death among children in this country. Crashes can also cause significant injury to young children. Death and injury are less common among children who are restrained by a seatbelt.



One of the best ways to prevent serious injury is to improve the safe use of seatbelts.

Unfortunately for most of us, this is not as easy as it sounds. Child safety seats are difficult to install, and they must be readjusted as the child gets older. Here are a few guidelines to follow:

- Every person riding in a car or truck needs his or her own seat belt.
- Children always in the back seat.
- Children under 1 year old should ride in rear-facing car seats.
- Children 1 year old AND more than 20 pounds should ride in forward-facing car seats until 40 pounds (about 4 years old).
- Children ages 4 to 8 years (40 pounds to 80 pounds) should ride in booster seats restrained with lap and shoulder belts.

The University of Miami's Injury Free Mobile will be making stops around the community every week to offer free checks of car seats. Call them at (305) 243-8838 to find out when and where you can get your car seat checked.

Be a Part of our Newsletter

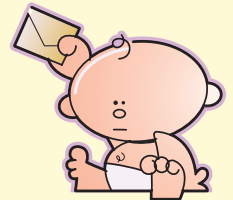
Send in Photos, question or helpful tips. Photos will be included in each issue. These photos personify our readership and do not imply or suggest any particular family styles or situations. Questions will be answered by local experts.

Mail to:
The Early Childhood Initiative Foundation
3250 SW Third Ave., Miami, Fla. 33129
Published through support from:
The Early Childhood Initiative Foundation (305-646-7229) and United Way Success By 6 (305-860-3000).

These two organizations work closely with the Early Learning Coalition of Miami-Dade/Monroe, responsible for subsidized child care programs. (305-646-7220).

Editor:
Ana de Aguiar Echevarria
(305-646-7230)
Newsletter Consultant:
Dr. Debbie Glasser

Want to subscribe to this newsletter for free?
¿Desea una suscripción gratuita para este boletín?



Send this to / **Envíe esto a:** The Early Childhood Initiative Foundation,
3250 SW Third Ave., Miami, Fla. 33129
or call 305-631-8111

Name / **Nombre** _____ Phone / Teléfono _____

Address / **Dirección** _____

I prefer / **Prefiero:** Spanish English Creole



The Children's Trust

Dedicated to improving the lives of children and families in Miami-Dade County

enseñe más ame más

Cada momento que usted pasa con su hijo, cuenta. Por eso, cántele y léale cuentos, abrácelo, señáله deberes para

Para más información llame al 305-631-8111 o visítenos en www.ensenemasamemas.org

Jamás Sacuda a un Bebé

Abril es el Mes de la Prevención del Maltrato Infantil. El Síndrome del Bebé Sacudido (Shaken baby syndrome) mata a más niños en nuestro estado que ningún otro tipo de maltrato físico.



El Síndrome del Bebé Sacudido se produce cuando un padre o alguien que

cuida a un niño pierde el control y zarandea violentamente a un bebé o a un niño muy pequeño. Esto puede causar daño cerebral permanente. El niño que sobrevive, sufre generalmente de lesiones tales como ceguera, sordera, ataques, parálisis cerebral y dificultades en el aprendizaje o la conducta.

Por muy exhausto/a, irritado/a o frustrado/a que esté, jamás sacuda a un bebé. El Fideicomiso de los Niños patrocina numerosos programas que ofrecen talleres o seminarios a los padres para ayudarlos a sobrellevar el estrés de cuidar a un niño y les enseña a desarrollar relaciones positivas y enriquecedoras con su hijo que perdurarán toda la vida.

Para más información sobre los seminarios sobre cómo ser buenos padres, patrocinados por el Fideicomiso de los Niños, llame al 305-571-5700.

Modesto E. Abety
Presidente y CEO
Fideicomiso de los Niños
(The Children's Trust)

Los dulces y los niños

Por Sheah Rarback M.S., R.D., del Centro Mailman para el Desarrollo del Niño de la Universidad de Miami.

Abril es un mes en que las tiendas se llenan de dulces de colores pastel y las familias están rellorando cestitas con conejos de chocolate y otras golosinas.

Halloween es la fiesta en que se consumen más dulces, pero la Pascua Florida no se queda atrás.

Hay muchas razones por las que se debe limitar la cantidad de dulce que come un niño. Una pequeña cantidad, ocasionalmente, está bien, pero no como parte de la dieta regular del niño. Le comento por qué:

- Los dulces tienen muchas calorías en una pequeña cantidad. Tu hijo puede comerse un conejito de chocolate o unos cuantos marshmallows en unos minutos. Y en ese tiempo habrá ingerido 150 calorías. Para esa cantidad de calorías, deberá comerse tres manzanas.



personas como una rutina, atiende a las señales de su comportamiento, llévelos al médico periódicamente y escoja mejor a la persona que se lo va a cuidar. Así es como su hijo crece, aprende, ama y triunfa.



3250 SW Third Ave.
Miami, Fla. 33129

NON-PROFIT
ORG.
U.S. POSTAGE
PAID
MIAMI, FL
PERMIT #5665

continuar en pagina 2

CONTENIDO

Los niños y sus emociones	2
La Red de Familias Primero ofrece clases.....	2
Las Manos son para Abrazar, No para Pegar	3
Los dulces y los niños	4
¡Abrochado y Atrás!.....	4

NUESTRA MISIÓN:

Asegurar que todos los niños del Condado Miami-Dade cuenten con la atención, el compromiso y los recursos de la comunidad y, por ende, con la oportunidad de desarrollarse intelectual, emocional, social y físicamente de modo que cuando llegue el momento de ir al primer grado, estén listos y deseosos de aprender.

Si tiene alguna pregunta sobre cómo criar a su hijo o cómo ser un buen padre, llame a Enseñe Más/ Ame Más, al 305-631-8111. Esta organización opera en inglés, español y créole, las 24 horas.

Los dulces y los niños

continuación de la pagina 1

Hoy en día los niños están engordando mucho y parte del problema es la ingestión de demasiadas calorías.

- Hacen falta vitaminas y minerales para digerir y absorber el dulce. Los dulces no contienen muchas vitaminas ni minerales. Si tu hijo come muchos dulces se desequilibra su alimentación.
- Comer toda esa azúcar aumenta las posibilidades de tener caries dentales. Lo mejor es cepillarse los dientes inmediatamente después de comer algún dulce.
- Si los niños están comiendo muchos dulces o tomando mucha soda, se están perdiendo los alimentos más saludables. Un trozo de fruta dulce es una fina golosina cargada de vitaminas y minerales.

Disfruta las fiestas primaverales con tu familia. Pasar tiempo con tus hijos es una golosina baja en calorías, alta en actividad y muy saludable. Limita los dulces y aumenta la alegría familiar.

Los niños y sus emociones

Por Beverly Tate, de Peace Education Foundation.

Los niños pequeños pueden tener muchas emociones. Algunos presentan diarios episodios de llanto. El llanto indica que el niño está enfrentándose a algún problema de la vida y que está tratando de lidiar con una situación emocional.

Llorar es la salida natural a la frustración, la tristeza, el miedo, la molestia o el dolor. Es el lenguaje de los problemas emocionales o físicos. Es difícil ver a un niño agobiado. Si queremos a alguien, queremos ayudarlo. Así es como demostramos nuestro amor. Lidiar con situaciones difíciles y resolver los problemas es una preparación crucial para la vida. Aumentar esa capacidad para ayudar a otros que tienen problemas va a servir de ejemplo para los niños y les va a enseñar qué hacer para solucionar un problema cuando las cosas se vuelven un desafío. Algunas ideas te pueden ayudar:



- Asegúrate de que tú estás tranquila. Tu tranquilidad ayuda al niño a calmarse más rápidamente.
- Reconoce que los sentimientos del niño son reales. "Carlos, estás llorando, ¿qué te pasa?"
- Dile al niño que llorar es la expresión apropiada del dolor, el miedo o la tristeza. "Lloramos cuando estamos tristes".
- Describe lo que crees que el niño está sintiendo o la intención que hay detrás de la emoción. "Abuelita se va, y tú querías que se quedase. Es triste que se vaya".
- Da el ejemplo y apoya su actitud de lidiar con el problema. Esto incluye cargar al niño y sujetarlo cerca de ti y permanecer en silencio mientras pasa la tristeza. También ofrecerle un peluche o una manta.
- Cuando el niño se calme, ofrécele una alternativa: "¿Quieres llamar y dejar un mensaje a la Abuelita o quieres dibujar?"

Hay que expresar la angustia. Cuando el adulto describe la conducta y las emociones, "aprueba" al niño y está haciendo una importante conexión entre la conducta y los sentimientos. Con tu ejemplo y ayudándolo a lidiar con la situación, le estás demostrando que lo ayudarás a calmarse y a encontrar la mejor solución.



La Red de Familias Primero ofrece clases para padres de hijos de 0 hasta los 5 años. ¡Esta es una increíble oportunidad para aprender de los Especialistas de la Universidad de Miami sin costo alguno!

Las clases se reúnen en Opa-Locka, North Miami, Hialeah, South Dade y Kendall.

¡Grupos Gratis!

¡Cositas Gratis!

¡Meriendas!

¡Conozca Otros Padres!

Mi Bebé y Yo (¡Traigan sus bebés!)

Para padres de bebés de 0 a 12 meses
Las clases se reúnen una vez a la semana por 9 semanas
Discuta y aprenda maneras para:

- Comprender el lenguaje de su bebé
- Ayudar al desarrollo de su bebé

Recibirá artículos GRATIS para su bebé

Crear un libro de memorias para su bebé

Fortaleciendo Familias Étnicas

Para padres de niños de 1 a 5 años
Las clases se reúnen una vez a la semana por 12 semanas
Discuta y aprenda maneras para:

- Ayudar a sus hijos a expresar sus sentimientos
- Mejorar el comportamiento de sus hijos
- Enseñarles a sus niños a manejar el estrés

Recibirá artículos GRATIS

Crear familias y comunidades fuertes

Para mas información o para registrarse por teléfono llame al 305-243-8425.

También puede completar el formulario de registro y mandarlo por correo a la siguiente dirección:

Families First Network
c/o Elana Mansoor, Psy.D.
P.O. Box 016960 (M-808)
Miami, Fla. 33101

Formulario de Registro para las Clases para Padres

Nombre: _____

Dirección: _____

Teléfono: _____ Mejor hora para llamar: _____

Nombre del Niño: _____ Fecha de nacimiento: _____



The Children's Trust

NUESTRA MISIÓN:

Mejorar las vidas de los niños y Familias en el Condado de Miami-Dade por medio de la implementación de inversiones estratégicas para su futuro.

Educando niños de edad escolar

Las Manos son para Abrazar, No para Pegar

La educación de los hijos y la disciplina van de la mano. Sentar pautas y definir la conducta que se espera en el hogar ayuda a los niños a entender la diferencia entre lo que está bien y lo que está mal. Un sistema de valores con reglas bien definidas en la familia lleva a los niños a hacer elecciones correctas y a entender las consecuencias de sus actos.

Muy a menudo, los padres, fuera de sí por la frustración y la ira, castigan dando nalgadas, golpes o bofetadas. Muchos de ellos están repitiendo los patrones de sus propios padres; otros expresan su frustración.

Jamás se debe usar la violencia para disciplinar a un niño. Maltrato físico es pegarle a un niño, abofetearlo, golpearlo repetidamente, quemarlo o hacerle daño físicamente de cualquier manera. La violencia engendra violencia, según muchos expertos en niños. Abofetear y otras formas de maltrato, incluyendo el abuso emocional y el descuido pueden dejar huellas emocionales para toda la vida.

Abril – Mes Nacional de Prevención del Maltrato Infantil– es un buen momento para recordarles a los padres que hay maneras efectivas de disciplinar a sus hijos sin recurrir a la violencia.

Un hogar donde reina un ambiente enriquecedor, donde los padres y los hijos se comunican abierta y frecuentemente es el mejor antídoto contra el maltrato y el abuso. Con su conducta cotidiana, los padres establecen las normas y las expectativas para sus hijos. Sí, habrá momentos en que su hijo va a poner a prueba sus límites y sus reglas.

“Los niños pueden ser difíciles”, dice Claudia Echeverri, directora del programa Nurturing Parenting en Family Central, una organización fundada por el Fideicomiso de los Niños. “Es importante que los padres se eduquen y dediquen un tiempo a sus propias necesidades de manera que puedan lidiar mejor con sus hijos”.

Echeverri dice que, a menudo, los niños pequeños se portan mal porque quieren llamar la atención. En las clases para los padres, se les enseña a ignorar algunas malas conductas cuando se trata de niños muy pequeños. “Si el niño no corre ningún peligro, simplemente, ignórelo. Nueve de cada diez veces, la rabieta cesa”, agrega.



Y tenga en mente la lógica de las consecuencias. Por ejemplo, si un niño rompe un juguete intencionalmente, se le debe prohibir jugar por un determinado período de tiempo, y el padre o la madre deben explicarle las consecuencias de su acción. Los padres deben hacer que se cumpla el castigo que le impusieron. No hay que gritar para explicar las consecuencias. Tómelo con calma.

Con los niños mayores, retirarles privilegios puede funcionar mejor. Si su hijo llegó a casa después de la hora permitida, puede retirarles su video-juego favorito, el Ipod o el dinero que le da semanalmente. Quítele algo que realmente le guste, pero no algo que de verdad necesite. Por ejemplo, nunca le quite la comida.

Dicen los expertos que es inteligente incluir a los niños mayores en el establecimiento de reglas claras sobre la conducta apropiada y sus consecuencias. Así no podrán quejarse

de que el castigo o las expectativas no eran justos, y los padres pueden calmadamente hacer cumplir lo acordado en lugar de imponerle al niño la seriedad del problema y pelear hasta encontrar el castigo apropiado.

Algunas ideas para disciplinar sin violencia:

- **Nunca actúa con soberbia:** Cuando se enfrente a un niño sin normas que parece estar “fuera de control” respire profundamente, retroceda y cuente hasta 10 o hasta 100. Una vez que se haya calmado, evalúe la situación e imponga el castigo.
- **Póngalo “de penitencia”:** Para los menores de 7 años, prohibirle seguir jugando y sentarlo en una silla (“time out” en inglés) es efectivo. La penitencia consiste en aislar al niño de los demás debido a que se portó indebidamente. La penitencia no es encerrarlo solo en un cuarto oscuro o en un closet.
- **Opóngase a la violencia:** Enséñele a sus hijos a responder con calma, pero con palabras firmes cuando otros les insulten, les amenacen o les peguen a ellos o a otra persona. Ayúdeles a entender que hace falta más coraje y liderazgo para resistir a la violencia que para dejarse llevar por ella.
- **Haga que la consecuencia sea equiparable a la ofensa:** Por ejemplo, si la cuenta del celular de su hijo adolescente es de \$300 este mes, quítele el celular por un tiempo o haga que él pague la cuenta con el dinero que usted le da.
- **Actúe siempre igual, pero sea flexible:** No castigue una mala conducta una semana, y la ignore la siguiente. Esto envía mensajes confusos. Su hijo puede entender que la gravedad (y consecuencia) de un hecho varía según su estado de ánimo. Sea flexible y actúe con justicia. A veces un niño puede romper las normas por alguna razón; escúchele antes de castigarlo.

¡Mi hijo no quiere leer!

Molly S. Kinney es la directora de servicios de la biblioteca pública Alvin Sherman, del Centro de Información Tecnológica de la Universidad Nova Southeastern.

Vivimos en un mundo muy atareado, que a veces asusta, constantemente bombardeados por información que puede desbordar nuestros sentidos. El día empieza temprano y termina más tarde que antes. Parece que las tareas y los deberes que tenemos que realizar no terminan nunca. Las computadoras han alterado drásticamente nuestra manera de vivir, y las telecomunicaciones han cambiado la forma en que nos comunicamos. Los niños no conocen un mundo sin computadoras, correos electrónicos, teléfonos de teclas, televisión por cable y satélite, "DVDs" y "CD players".

Muchos de nosotros recordamos los días ociosos que pasábamos en nuestra habitación leyendo un libro o una revista. Actualmente, a muchos padres les preocupa que sus hijos no estén leyendo.

La industria de los libros y revistas infantiles ha publicado una gran cantidad de libros y revistas especiales para cada edad sobre una variedad de tópicos. Los e-zines, los e-books y los libros con audio

se han hecho cada vez más populares entre los niños y los adolescentes. Antes íbamos a la estantería de la sala donde la enciclopedia era la autoridad en materia de información. Ahora los niños y los adolescentes buscan en Internet o insertan una enciclopedia en CD-rom para buscar lo que quieren saber.

Aunque la pantalla de la computadora no podrá nunca reemplazar el hecho de sostener un libro en las manos, volver las páginas y oler el papel y la goma, es importante entender que los niños y los adolescentes leen cuando usan esta tecnología.

Sin embargo, cuando los adultos se preocupan porque los niños no están leyendo, se refieren normalmente a los libros de ficción. No hay nada como una buena historia para despertar el interés, la imaginación y el pensamiento creativo. La clave para la lectura de un libro es encontrar el cuento que le viene bien al niño.

Los editores de libros infantiles han reconocido que los niños tienen intereses, necesidades, miedos y deseos. La variedad de libros para niños es asom-

brosa, con algo para cada quien. Es cuestión de hacer la conexión correcta.

Ir a la biblioteca pública ayuda a promover el interés del niño por la lectura. Muchos libros captan la atención de niños y adolescentes. Escoja muchos títulos diferentes para llevarse los a casa. Cuando los niños tienen muchos libros para escoger, apartan los que no les interesan y empiezan a leer otro que les llama la atención. Obligarlos a leer un libro que no les interesa es la manera más rápida de hacerles aborrecer la lectura. No se desanime si tiene que llevarlos varias veces a la biblioteca para encontrar el libro que le atrae a su hijo. A veces tarda encontrarlo.

No tema pedirle ayuda al bibliotecario, que le hará preguntas para guiar a su hijo hasta los libros que son apropiados a su edad y nivel de lectura. Los bibliotecarios están entrenados para ayudarle a encontrar el libro que necesita.

Recuerde, los niños tienen que ver que los adultos leen. Si usted no es un buen lector, hay muchas oportunidades de que su hijo tampoco lo sea.

¡Abrochado y Atrás!

Por Lee M. Sanders, MD, MPH, de la Universidad de Miami

Un accidente de automóvil es la causa principal de muerte en los niños de este país. Los accidentes también pueden causar graves lesiones en los niños pequeños. La muerte y las lesiones son menos comunes en los niños que van abrochados en un asiento de seguridad.



Una de las mejores maneras de evitar serias lesiones es mejorar la seguridad en el uso de estos asientos.

Lamentablemente, para la mayoría de nosotros, esto no es tan fácil como parece. Los asientos de seguridad para niños son difíciles de instalar y deberán ser reajustados según crece el niño. He aquí algunas reglas que deben seguirse:

- Cada persona que va en un auto o camión necesita su propio cinturón de seguridad.
- Los niños tienen que ir siempre en el asiento trasero.
- Los niños menores de un año deben viajar mirando hacia atrás.
- Los niños de un año y de más de 20 libras de peso deben viajar en asientos de seguridad mirando hacia adelante, hasta que pesen 40 libras (alrededor de los 4 años).
- Los niños de 4 a 8 años (de 40 a 80 libras) deben viajar en asientos elevados y con los cinturones que pasan por el vientre y el hombro.

El Móvil "Injury Free" de la Universidad de Miami recorre toda la comunidad cada semana para ofrecer chequeo gratis de los asientos de seguridad en los autos. Llámelos al (305) 243-8838 para saber cuándo y dónde puede encontrarlos para que le chequeen su asiento.

Forme Parte del Boletín

Envíenos fotos, preguntas o ideas provechosas. Incluiremos fotos en cada boletín. Esas fotos personifican a nuestros lectores y no sugieren estilos de familias o situaciones específicas. Expertos locales contestarán las preguntas.

Envíelas a:
The Early Childhood Initiative Foundation
3250 SW Third Ave., Miami, Fla. 33129
Publicación patrocinada por:
The Early Childhood Initiative Foundation
(305-646-7229) y United Way Success

By 6 (305-860-3000). Estas organizaciones colaboran con Early Learning Coalition of Miami-Dade/Monroe, la organización responsable de los programas infantiles subsidiados, (305-646-7220).

Directora del boletín:
Ana de Aguiar Echevarría
(305-646-7230)



Visite su biblioteca local para encontrar los libros, actividades y otras ideas que ayuden a su niño a aprender a leer y escribir.
Para encontrar una biblioteca cerca de Ud.,
llame al 305-275-2665 o conectese al www.mdpls.org.